

ADL-trening eller ei i bofellesskap for mennesker med utviklingshemning?

Hanne Tuntland,
ergoterapeut/høyskolelektor,
Vernepleierutdanningen,
Høyskolen i Bergen.

Dette er den andre av to artikler basert på Hanne Tuntlands bok: En innføring i ADL. Teori og intervensjon. Kristiansand, Høyskoleforlaget 2006.

I denne artikkelen problematiseres det hvorvidt man bør igangsette ADL-trening i bofellesskap for mennesker med utviklingshemning. Hvorfor skal voksne mennesker holde på med selvstendighetstrening i sitt hjem når grunnen til at de bor der er at de ikke er selvhjulpne, og aldri vil kunne klare seg i en selvstendig boform?

Mennesker med utviklingshemning vil ofte ha behov for intensiv og systematisk læring for å tilegne seg grunnleggende PADL- og IADL-ferdigheter. Slik opplæring bør imidlertid være aldersadekvat og foregå på det tidspunktet den normalt skjer i et livsløp. Det innebærer at læring av PADL-ferdigheter bør for lengst være et overstått kapittel når man har nådd 20–30 års alder. I denne perioden av livet er utflytting fra foreldrehjemmet til etablering i egen bolig en sentral begivenhet. For personer med utviklingshemning av moderat eller alvorlig grad, vil flytting til bolig på det ordinære boligmarkedet sjelden være et alternativ. De vil på grunn av omsorgs- og hjelpebehov ha behov for den profesjonelle assistanse som kommunale bofellesskap kan gi. Slike bofellesskap er ikke rehabiliteringsinstitusjoner med målsetting om utflytting til ordinær, egen bolig. Tvert i mot, selve rasjonale bak

Inndeling av ADL-begrepet i norsk sammenheng (Tuntland, 2006)

ADL = Activities of daily living (overordnet begrep)

PADL = Physical activities of daily living. Dette er de basale egenomsorgsaktivitetene som toalettbesøk, av/påkledning, spising, personlig hygiene, bading, forflytning med mer.

IADL = Instrumental activities of daily living. Dette er komplekse aktiviteter som blant annet utføres for å bevare uavhengighet i hjemmet og i samfunnet forøvrig. Eksempler på slike aktiviteter er bruk av informasjons-/ kommunikasjonsteknologi, bruk av privat og offentlig transport, handling, husarbeid, matlaging, omsorgsansvar, ivaretagelse av personlig økonomi med mer.

bofellesskapene er at menneskene som bor der har behov for en permanent boform bestående av kontinuerlig profesjonell omsorg. Med det bakteppet som her tegnes, kan man sette spørsmålstegn ved om ADL-trening i bofellesskap har noe for seg i det hele tatt. Hvorfor skal voksne mennesker holde på med selvstendighetstrening i sitt hjem når grunnen til at de bor der er at de ikke er selvhjulpne og aldri vil kunne klare seg i en selvstendig boform? Dette ofte på bekostning av tid og krefter til andre mer meningsfulle aktiviteter og relasjoner. Det har vært en lang tradisjon for ferdighetstrening i bofellesskap. Mye av selvstendighetstreningen var standardiserte opplegg for alle beboere som aldri lot til å ta slutt (Ellingsen 2003, Lorentzen 2001). Av den grunn kan man spørre hvorfor beboere i bofellesskap alltid skal kvalifisere seg for livet, i stedet for å leve livet? Dette er spissformulerte spørsmål som vil jeg søke å problematisere i det følgende. Bakgrunnen for at slike spørsmål reises, er uklarhet om hva som er formålet med et bofellesskap. Samfunnets bestilling til hva bofellesskap skal være, er både mangfoldig og til dels motstridende. Bofellesskap kan være både et hjem, en læringsarena og en arbeidsplass/et offentlig rom (Christensen og Nilssen 2002, Folkestad 2000).

Bofellesskap som et hjem

Bofellesskapet er først og fremst et *hjem* for dem som bor der. Intensjonen bak ansvarsreformen var at mennesker med utviklingshemning skulle få et hjem og slippe å bo på andres arbeidsplass, samt å få bedre mulighet for selvråderett, innflytelse på eget liv og medbestemmelse i samfunnet (Sosialdepartementet, 1990). Retten til selvbestemmelse i dagliglivet er etter den tid ytterligere innskjerpet gjennom Lov om sosiale tjenester, kapittel 4A. Å bo i eget hjem, innebærer i tillegg til å være herre i eget hus, å ta ansvar for eget liv og for de aktiviteter som normalt utføres i

et hjem. I betydningen av bofellesskap som et hjem, vil vektlegging av beboeres livskvalitet og trivsel være sentralt. Hjemmet er det sentrale ankerfestet i livet for de fleste av oss. Det står for privatliv, trygghet og stabilitet, men er også et springbrett til andre aktiviteter og arenaer i samfunnet.

Forventningen til at man som beboer skal ta ansvar for de aktiviteter som normalt utføres i et hjem, fører til at det i mange bofellesskap eksisterer en norm om selvhushold. Selvhushold innebærer en forventning om at den som har et hjem, også må ta ansvar for at hjemmet er ryddig og rengjort. «Når normen om selvhushold med et ryddet hjem skal anvendes overfor beboere med bakgrunn i et langt institusjonsliv, hvor selvhushold ikke eksisterer på annen måte enn som terapi, innebærer dette at personalet til dels må gjøre store anstrengelser for å få beboeren til å drive med dette selvhusholdet» (Christensen og Nilssen, 2006:109). Bak idealet om selvhushold ligger det ikke en rehabiliteringsideologi om bedret funksjonsevne, snarere en normaliseringstankegang om at den som har et hus må ta ansvar når det gjelder renhold/vedlikehold av huset.

Bofellesskap som en læringsarena

Bofellesskap skal også ha faglige ambisjoner om å bidra til utvikling og reduksjon av hjelpebehov dersom mulig. Tjenestene som ytes i bofellesskap er hjemlet i § 4-2a i Lov om sosiale tjenester som omfatter praktisk bistand og *opplæring*, noe som indikerer at læring er en viktig bestanddel av tjenesten. Beboere skal *lære* å klare hverdagen med de utfordringer det innebærer. Dermed handler det ikke bare om å være hjemme og gjøre det man vil, men at man skal være i utvikling. Det gjelder alt fra å lære seg å dekke bordet til å lære seg sosiale ferdigheter. Dette er uttrykk for en rehabiliteringsideologi som kan plasseres

innenfor den medisinske modellen. Personalet skal gi assistanse til beboernes egen innsats, og beboeren plikter å yte en innsats for å lære å klare seg selv så langt som mulig. Målet er at beboere skal være som mennesker uten funksjonsnedsettelse i størst mulig grad (Folkestad, 2004).

Bofellesskap som en arbeidsplass og offentlig rom

Bofellesskapet er fortsatt arbeidsplassen til personalet som er tilknyttet det, selv om muligheten for privatliv er mye større nå enn i den avviklete institusjonsomsorgen. Offentlige tjenester til beboere i bofellesskap er en del av samfunnets velferdstjenester, og som sådan er de som bor der en del av en større offentlighet. Beboere lever på et vis i et offentlig overvåket rom, som er en vesensforskjell sammenlignet med å bo i en selvstendig boform (Christensen og Nilssen, 2006). Personalet utvikler felles handlingsmønstre overfor beboere gjennom rutiner og uformelle regler. Etter hvert forventer beboere slik personalinnsats i de aktuelle situasjonene. På denne måten bidrar personalets handlinger til å institusjonalisere beboernes hverdagsliv (Folkestad, 2004). Dette kan ses på som en av konsekvensene ved at bofellesskap er en arbeidsplass.

ADL-trening eller ei?

De to første formålene med bofellesskap, bofellesskap som hjem og bofellesskap som læringsarena, kan synes å være motstridende. I utgangspunktet vil nok de fleste tenke at ferdighetstrening skal foregå i en rehabiliteringsinstitusjon, ikke i et privat hjem. På den annen side, mye av den kommunale rehabiliteringen foregår i personens hjem ved at fagutøvere kommer på hjemmebesøk. Så i for seg er ikke arenaen treningen foregår på, et argument for at den ikke skal bestå.

Det å bo i eget hjem og møte de daglige forpliktelsene der, krever at man kan mestre mange ferdigheter. Erfaring og utprøving over år gir ungdommer den nødvendige praksis før de selv må stå på egne ben. Unge med utviklingshemning har kanskje ikke i samme grad som annen ungdom fått tatt del i dagliglivets gjøremål, dels på grunn av fravær fra hjemmet og dels fordi omgivelsene har stemplet dem som avvikende med lærevansker. De har kanskje ikke i samme grad fått utfordringer og blitt stilt krav til, og har dermed ikke fått de nødvendige erfaringer for å mestre dagliglivet (Holum 1993, Kittelsaa 2005). De har med andre ord et uutnyttet læringspotensiale når det gjelder å mestre ADL-ferdigheter. Et annet forhold er personer med utviklingshemning sin ujevne ferdighetsprofil. Det kan være at de mestrer avanserte IADL-ferdigheter, men ikke har lært seg grunnleggende ferdigheter i personlig hygiene og bading, noe som kanskje kan tilskrives for mye hjelp fra familien. Dersom disse antakelsene stemmer, skulle det tilsi at unge, nyinnflyttede beboere i bofellesskap har behov for mer intensiv ferdighetstrening i en overgangsfase. Formålet vil da være at bofellesskapet først skal fungere som en læringsarena, men med en målsetting om at bofellesskapet på lang sikt skal fungere som et hjem. I en slik situasjon er ADL-trening både legitimt og nødvendig.

Normalisering eller ei?

Sandvin m.fl. (1998) fant i en studie at personale som arbeider innenfor en normaliseringsideologi, benytter sin hverdagskunnskap til å avgjøre hva som skal betraktes som «normalt». Vi har alle en forestilling som vi i stor grad deler med andre om *hvordan man vasker seg, hvordan man spiser med kniv og gaffel, hvordan vi setter i gang en vaskemaskin* osv. Personalet søker å øke beboernes ferdigheter for å mestre normalitetens

krav. Å kle på seg, pusse tenner, knytte skolisser og gå på toalettet, blir ikke aktiviteter beboere trenger hjelp til fordi de skal utføres. De blir en pedagogisk situasjon hvor man systematisk trener på hvordan det skal gjøres, såkalt målrettet miljøarbeid. Det kan imidlertid arte seg slik som en ansatt beskriver:

Mye av arbeidet blir litt for mye trening for trenings skyld, av og til ser vi at beboerne går dyktig lei. Det finnes jo så lite som de klarer å gjøre selv, og aldri vil klare helt selv. Så kan man jo spørre hva man egentlig trener til? Når de aldri kan få det til, eller får noe særlig bruk for det, kan jo det igjen virke unormalt (Giske, 2001:61).

Eksemplet viser at når det rasjonelle, i betydningen målrettet arbeid og refleksjon, tar overhånd, skapes en «ikke-normal» situasjon. Det som ellers blir tatt for gitt, blir gjenstand for refleksjon og rasjonelle planer. Da settes det i gang treningsopplegg som i mange tilfeller er fundert på en urealistisk forventning om selvhjulpenhet basert på en normaliseringsideologi. I motsatt tilfelle, at det ikke reflekteres over beboeres manglende ferdigheter, blir annerledesheten som beboerne representerer ikke problematisert. I en slik situasjon er det en risiko for at beboerens tilkortkommenhet tas for gitt. I studien fant man at noen bofellesskap er mer rasjonelt trenings- og utviklingsorienterte, mens andre er preget av intensjonen om å opprettholde en normal hverdag, men dog på en ureflektert måte. Begge typer av bofellesskap illustrerer normaliseringsarbeidets paradoks: «Både som rasjonelt reflektert og målrettet virksomhet og som ikke-reflektert hverdagsomsorg, skaper og opprettholder normaliseringsarbeidet ikke-normaliteten» (Sandvin m.fl., 1998:115). Det kan spørres om man fremfor å definere noen som avvikere, i større grad bør akseptere variasjon og annerledeshet og heller sette fokus på hva som er best for mennesker med utviklings-

hemning, uavhengig av det «normale» samfunn (Giske, 2001). Konsekvensen av en slik tenkning vil være å fokusere på bofellesskapet som et hjem med vekt på livskvalitet, trivsel og selvbestemmelse, ikke på læring og utvikling.

Ureflektert praksis

Som beskrevet over hevder Sandvin m.fl. (1998) at de trenings- og utviklingsorienterte bofellesskapene står for en rasjonell og reflektert praksis. Refleksjonen er dog ikke alltid til stede, utover å registrere at en beboer har et læringsbehov og å sette i gang trening. Det er dessverre slik at selvstendighetstrening i bofellesskap har en tendens til å bli evigvarende. Noe av det som er problematisk i bofellesskap er at grensen mellom *vedlikehold* på den ene siden og *læring* av nye ferdigheter på den andre siden, er diffus. Vedlikehold og læring/trening er imidlertid vesensforskjellige intervensjoner. Det er her personalet manglende refleksjon kommer til uttrykk. Vedlikehold er en permanent tilnærming, mens læring/trening er et rehabiliteringstiltak og bør som sådan være tidsavgrenset. Den manglende refleksjon kan innebære at målet med intervensjonen er uklart. Er målet å la beboer ta ansvar for hverdagsoppgaver ved å utføre en aktivitet som å dekke på bordet (vedlikehold/ansvarliggjøring)? Eller er målet å lære beboeren å dekke på bordet (læring)? For at ferdighetstrening i bofellesskap skal kunne forsvares, er det viktig at det er et målrettet, tidsavgrenset treningsopplegg basert på selvbestemmelse. Det har imidlertid ofte vært slik at personalet har sett et læringsbehov og satt i gang trening, uten reell medvirkning fra beboers side og uten evaluering av progresjonen underveis. I tillegg er intensjonen om selvhjulpenhet i den aktuelle aktiviteten i mange tilfeller helt urealistisk. Resultatet blir da «trening for trenings skyld», en praksis som er helt uforsvarlig.

Legitimering av profesjoner

Læring, trening og terapi bidrar til å legitimere vernepleierens eksistensberettigelse i bofellesskap (Sandvin, 1992). Vanlige aktiviteter gis navn som boveiledning, spisetrening, toalettrening og vanlige situasjoner beskrives som bosituasjon, spisesituasjon og stellsituasjon. «Problemet er at i stedet for å gjøre personer bedre i stand til å klare seg selv, så skaper denne terapi- eller treningsaktiviteten mange ganger et helt skjævt forhold til slike aktiviteter, både fordi læringen ofte skjer «out of place and out of order», og fordi assosiasjonen med terapi får konsekvenser for hvordan aktiviteten oppfattes» (Sandvin, 1992:89). Eksempler på slike unaturlige situasjoner er når man driver påkledningstrening i en situasjon hvor påkledning ikke er nødvendig eller driver spisetrening utenom måltider med fingert mat.

«I bolig 1 kom dette dels til uttrykk under måltidene. Her ble beboerne hjulpet ved at personalet håndledet dem når de skulle spise maten sin. Det lå nok her et element av trening i å lære å spise selvstendig, men uten at de etter mitt skjønn så ut som de noen gang kom til å lære det. Dermed fremstår håndledningen også som en arbeidsmetode, en kunnskap om det å mate psykisk utviklingshemmede, i tillegg til det å faktisk mate. Kanskje kan det ses i sammenheng med profesjonsinteresser å opprettholde denne metoden. Går man over til helt enkelt å mate de på vanlig måte, blir dette arbeidet noe alle kan gjøre og ingen kunnskap som krever spesiell kompetanse» (Giske, 2001:57).

Konsekvensen av en slik tilnærming er at beboernes hverdag blir «pedagogisert i hjel», på bekostning av utvikling av relasjoner, tid til selvvalgte aktiviteter eller til hvile.

Egne synspunkter

Bofellesskap skal først og fremst være et hjem, ikke en læringsarena. Men i det å ha et hjem, ligger vanligvis et ansvar for hjemmets beska-

fenhet. Normen om selvhushold i hjemmet kan imidlertid ikke alltid opprettholdes, dersom personen det gjelder ikke har vilje eller evne til å utføre slike oppgaver. Ofte vil det imidlertid være slik at beboer og fagutøver sammen utfører de nødvendige IADL-oppgavene i hjemmet.

Unntaksvis, ved store læringsbehov og når beboeren er spesielt motivert for å tilegne seg en ny ferdighet, eller når det gjelder en ung nyinnflyttet beboer, kan det være hensiktsmessig at intervensjonen defineres som læring eller trening. I slike tilfeller kan det utarbeides handlingskjeder med beskrivelse av personalets hjelpestimuli under hvert trinn, slik at beboeren møter lik tilnærming fra alt personal. Treningen repeteres daglig og fremgangen evalueres etter en fastsatt tid.

Men når det er sagt, i de fleste tilfeller er nok det beste å utnytte de læringsmuligheter som finnes i dagliglivets situasjoner. Personalet bør alltid se etter åpninger og muligheter til å få beboere til å klare litt mer i hverdagslivet som utfoldes der og da. Det som anbefales er små, daglige drypp av stimulering til egenaktivitet og utvikling i en naturlig sammenheng. Men læringen må skje som et positivt samarbeid mellom fagutøveren og personen med utviklingshemning, slik et barn lærer opp av en mor eller en far (Lorentzen, 2003). En mor vil når hun kler på sitt barn, oppmuntre til at barnet gjør mer og mer på egenhånd. Hun vil ved hjelp av humor, motivasjon, belønning og ufarlig konkurranse, anspore barnet til stadig større egenaktivitet. Et barn som ser sin far vaske opp, vil gjerne være med på oppvasken. Barnet lærer å vaske opp ved at faren tilrettelegger oppgaven ut fra barnets forutsetninger og så utfører de oppgaven sammen.

Denne foreldre-barn metaforen er brukt for å synliggjøre behovet for et mer naturlig samspill mellom personalet og beboeren, preget av gjen-

sidig respekt og glede. Ofte er det imidlertid slik at en hyggelig og humorfylt atmosfære preget av samarbeid er fraværende i den daglige treningen. Lorentzen hevder: «Jeg synes ofte at man i den daglige treningspraksisen hoppet over noen ufravikelige og grunnleggende aspekter ved vårt sosiale liv – som å hjelpe noen når de sto fast, avlaste når noen ikke orker mer, samarbeide om å utføre en oppgave, strekke ut en hjelpende hånd, le og vise overbærenhet overfor feil, oppmuntre, vise vennlighet og tålmodig vente til den andre var rede for neste skritt» (2003:54). Slik læring som er basert på at to personer samarbeider og hvor den ene er mer kvalifisert enn den andre kalles gjerne *formidlet læring*. Formidlet læring innebærer å lede barnet til noe meningsfullt, noe man mener det er viktig at barnet lærer (Egeberg, 1998). Jeg vil hevde at dette er den beste strategien under de premisene som foreligger i et bofellesskap. Nemlig at beboerne er voksne og til dels eldre mennesker med vedvarende hjelpebehov som skal leve ut sitt liv i sitt eget hjem og som i de fleste tilfeller ønsker seg frabedt intensive treningsopplegg. Dersom beboeren skulle få redusert funksjons- evne grunnet oppstått sykdom, vil personen imidlertid har behov for rehabilitering på lik linje med ethvert annet menneske.

Litteratur

- Christensen, Karen & Even Nilssen. Livet i bofellesskap. *Embla* 2002;5:41–50.
- Christensen, Karen & Even Nilssen (2006). *Omsorg for de annerledes svake. Et overvåket hverdagsliv*. Oslo, Gyldendal Norsk Forlag AS.
- Egeberg, Espen. Formidlet læringserfaring. Reuben Feuersteins teorier. *Spesialpedagogikk* 1998;6:20–24.
- Ellingsen, Karl Elling. Selvbestemmelse – et eksistensielt spørsmål? *SOR rapport* 2003;1;5–9.
- Ellingsen K.E., Jacobsen K., Nicolaysen K. (red.) (2003). *Sett og forstått. Alternativer til tvang og makt i møtet med utviklingshemmede*. Oslo, Gyldendal Norsk Forlag.
- Folkestad, Helge (2000). «Ambisjonen er å yte tilpasset hjelp. Om vernepleieres hverdagsarbeid i møtet med mennesker med psykisk utviklingshemming i nye boformer». I Froestad J., Solvang P. og Söder M. (red.): *Funksjonshemming, politikk og samfunn*. Oslo, Gyldendal Akademisk.
- Folkestad, Helge (2004). *Institusjonalisert hverdagsliv. En studie i samhandling mellom personale og beboere i bofellesskap for personer med utviklingshemming*. Høgskolen i Bergen, Avdeling for helse- og sosialfag. Rapport nr 1/2004 i høyskolens skriftserie.
- Giske, Daniel (2001). *Å lære å bo. En studie av bofellesskap for psykisk utviklingshemmede*. Hovedfagsoppgave. Institutt for administrasjon og organisasjonsvitenskap, Universitetet i Bergen.
- Holum, Ellen H. (1993). *Hvordan har de det? En studie av psykisk utviklingshemmedes hverdagsliv*. Hovedoppgave i spesialpedagogikk ved Universitetet i Trondheim /Alta lærerhøgskole
- Kittelsaa, Anne. Når de voksne skal ha litt fri. *Embla* 2005;1;16–26.
- Lorentzen, Per. Partnerkompetanse. Kommunikasjon og mening er noe vi skaper sammen. *SOR rapport* 2001;3;12–15.
- Lorentzen, Per (2003). *Fra tilskuer til deltaker. Samhandling og kommunikasjon med voksne utviklingshemmede*. Oslo, Universitetsforlaget.
- Sandvin, Johans Tveit (1992). «Fra særomsorg til særlig omsorg». I Tor Visnes (red.): *Fra særomsorg til særlig omsorg – om organisering av kommunale tjenester for mennesker med psykisk utviklingshemming*. Oslo, Universitetsforlaget AS.
- Sandvin J., Söder M., Lichtwarck W., Magnussen T. (1998). *Normaliseringsarbeid og ambivalens. Bofellesskap som omsorgsarena*. Oslo, Universitetsforlaget.
- Selboe, A., Bollingmo L., Ellingsen, K.E. (red.) (2005). *Selvbestemmelse for tjenestenytere*. Stifelsen SOR. Oslo, Gyldendal Norsk Forlag.
- Sosialdepartementet (1990). *Utvikling av omsorg – gjennom avvikling av en institusjon*. Oslo, I-0647.
- Tuntland, Hanne (2006). *En innføring i ADL. Teori og intervensjon*. Kristiansand, Høyskoleforlaget.